

<<睡前15分钟，改变孩子的一生>>

图书基本信息

书名：<<睡前15分钟，改变孩子的一生>>

13位ISBN编号：9787508467269

10位ISBN编号：7508467264

出版时间：2009-8

出版时间：中国水利水电出版社

作者：肖冉等著

页数：260

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<睡前15分钟，改变孩子的一生>>

### 前言

所有为人父母者，身上都担负着光荣而神圣的责任，做父母是一种最高尚、最神圣的义务和权利，又是最重大的服务社会的机会。

因此，这不是一件轻率的、容易的事。

为了让孩子拥有幸福成功的人生，父母们绞尽脑汁，唯恐不能给孩子最好的教育。

可是，在繁忙工作之余，在忙着给孩子报各种辅导班的时候，你能每天抽出一点时间给孩子讲故事吗？

大教育家苏霍姆林斯基说过：“任何一种教育现象，孩子在其中越少感觉到教育者的意图，他的教育效果越大。

”所以，如果想要就某一方面教育孩子，你应该尝试去掉那些让人不快的“要求、命令、必须”等词汇，而通过“启发、暗示、商量”等形式来进行。

这种教育形式，孩子更喜欢，亲子关系会更融洽。

而讲故事，当然是其中最重要的一种方式。

你的孩子可能不喜欢做算术，但是没有一个孩子会不喜欢听故事。

孩子们喜欢听各种各样的故事，而且特别喜欢听父母给他们讲的故事。

这些故事远远超过了电视节目和图画书对他们的影响。

用讲故事的方法向孩子讲道理，比“训话”、“命令”都有用得多。

在讲故事的愉快气氛里，让孩子潜移默化地接受很多道理，何乐而不为呢。

自私、任性、娇气……在每个孩子的成长过程中，家长都可能会遇到这样那样的问题。

人的智力是灵性品质的反射。

很多家长往往只重视智力开发，而忽视了对孩子精神品质的培养，这种本末倒置的做法后果很严重。

孩子长大成人后，小时候情商教育的缺失，有可能让他们出现人格缺陷和道德瑕疵。

所以，不要忽视这一个个小故事的作用。

但如果你认为讲故事仅仅是为了培养孩子的品行，那你就太小瞧其重要性了。

英国一家教育学院的研究人员受政府委托，收集了老师对孩子入学一年后的表现评价，并对8000多名刚满五周岁儿童的认知能力进行了测评。

## <<睡前15分钟，改变孩子的一生>>

### 内容概要

很多家长都有这样的困惑：如何培养孩子的自信？  
如何激励孩子追逐梦想？  
如何让孩子成为一个勇敢和坚强的人？  
如何培养孩子勤奋刻苦的好习惯？  
如何培养孩子勤俭节约的好品德？  
如何让孩子掌握做人的智慧？  
如何让孩子明白人生的道理？

父母是孩子的第一任老师，更是最重要的一任老师。  
每天睡前15分钟，选择最精彩的故事讲给孩子听，引导孩子吸收其中的哲理和智慧，父母就可以轻松培养孩子优秀的品质。

这是世界上最伟大、最成功，也是最有效的教子方法。

每天15分钟的亲子阅读，影响和改变的是孩子的一生！

如何培养孩子的自信？ 如何激励孩子的梦想，并祝他美梦成真？ 如何让孩子成为一个勇敢和坚强的人？ 如何培养孩子勤奋刻苦的好习惯？ 如何培养孩子勤俭节约的好品德？ 如何让孩子掌握做人的智慧？ 如何让孩子明白人生的道理？ 精彩答案尽在此书。

每天15分钟的亲子阅读， 影响和改变的是孩子的一生！

## &lt;&lt;睡前15分钟，改变孩子的一生&gt;&gt;

## 书籍目录

前言第一章 受益一生的财富——自信1 谁知道戒指的价值?2 所有的花儿都美丽3 神奇的绿发卡4 弗洛姆的著名实验5 高斯的正方边形6 你真的相信吗?7 西格的“自信罐”8 寻找最优秀的弟子9 你闻到苹果的的气味了吗?10 不利条件是可能克服的11 信念值多少钱?12 上帝的声音第二章 快乐人生的源泉——乐观13 掉到地上的冰淇淋14 最好的总会到来15 一片黄中透绿的树叶16 任何时候，你都还有选择17 看看那一径鲜花，18 我快乐无比19 我们可以选择态度和心情20 儿子的日记本21 拉里·穆尔的价值22 泰勒的实验23 “早上好”与“早上好吗”第三章 做问题的解决者——思考，24 不需要证明的真理25 聪明人的评价标准26 拿掉瓶盖就可以27 亚里士多德讲的不符合事实28 受酸蚀损害严重的建筑物29 “我思故我在”的笛卡尔30 地中海为什么是蓝色的?31 茶碗碟子的启示32 一个创造人类梦想的伟人33 牧师的忠告第四章 获取智慧的关键——学习34 “教育”和“教养”35 不上学不等于停止学习36 把蜡烛点起来学习37 失而复得的学习机会38 “偷着学会的”著名化学家39 最后一次测验40 布拉泽公司和日本餐馆41 茶壶和茶杯应放的位置42 超高难度的乐谱43 经验不一定总可靠第五章 跨过生命的栏杆——坚强44 这是困难还是不便45 不要忘了把我的手带上46 吉布斯医生的树47 一条很勇敢的题词48 再前进一步49 这也会过去50 自强不息者，终能得救51 泰瑞的希望马拉松52 生命力顽强的小鸟53 圆和切线的运动?第六章 走向成功的人生——目标54 他为什么会自杀?55 远方的那片灯光56 有谁记得25年前的梦想57 人生没有障碍58 只有奇迹才能救他59 我的生命不要被保证60 梦想皆有神助61 你能实现自己的想法62 两个女孩的梦想63 把大石块先放进去第七章 与人合作的关键——分享64 上帝的惩罚65 名贵之花衰落的秘密66 总考第二名的诺贝尔67 一个改变命运的故事68 他为什么不快乐?69 代表幸福的糖果70 “共生”的小动物们71 你会打篮球吗?72 两个人的合作第八章 赢得别人的信赖——诚实73 不要把我看成不诚实的人74 被谎言欺骗的感觉75 没有人拒绝第二次付款76 两次乘车逃票受罚的记载77 最棒的树枝78 红衣橱上的白色蜡笔道道79 一个贫穷的小提琴手和50万元的奖票80 信用的价值81 生命换回的纪念碑82 最忠心的朋友第九章 拨开生命的乌云——热情83 拥有一颗热忱之心84 不仅仅是送由附85 天使般的微笑86 价值百万美金的擦鞋87 酷爱抓虫子的年轻人88 拨开疏忽的乌云89 把烧红的铁块丢进水中90 孩子的微笑91 习惯性的问候第十章 不在小事上跌倒——认真92 一个“最傻”的人93 惟妙惟肖的精湛表演94 完成自己的责任95 天堂鸟的力量96 垃圾堆中发现的宝贝97 认真是一种力量98 未能通过的最后一关99 倒茶水的老头100 氯化碘与溴第十一章 主动会收获更多——勤奋101 非常幸运的农夫102 一年只休息三天的人103 切记艺术靠勤奋104 不教一日闲过的大师105 勤奋努力铸就的辉煌106 争分夺秒的雕塑大师107 派蒂，跑啊!108 意外得来的机会109 为什么他薪水比你高?110 你的努力还不够第十二章 不乱花每一分钱——简朴111 一位深居简出的“穷人112 福布斯最欣赏的“小气鬼113 寒酸的第一富豪114 一个重要的商业理念115 省了就是赚了116 父亲的传家宝117 那些爱财的名人轶事118 被拒绝的申请书119 爸爸和约翰的备忘录120 贷款一美元的富翁第十三章 对生活充满感激——感恩121 爱的伤疤122 赤脚为你开门的人123 奇迹的名字叫父亲124 上帝真的是公平的吗?125 母亲的生日126 你是多么富有的人127 感恩之心的回报128 一碗面与20年饭129 传递感情的蓝丝带130 感恩节的荆棘花第十四章 原谅别人和自己——宽容131 宽容的禅师132 奥运史上的非凡时刻133 为什么东西容易弄乱?134 国王和白象的故事135 换一种态度去对待136 并未白白失掉一头牛137 你的父母不一定在场138 种什么因，得什么果139 化解干戈的大度第十五章 不要总相信权威——创新140 专心看着脚底下141 “全国第一”的木匠142 大英图书馆搬家143 眼睛和大脑的距离?144 圣诞节最佳礼品145 是什么束缚了你?146 疯狂的推销员147 湖水有多少桶?148 把瓶子“倒过来”第十六章 你可以创造奇迹——勇敢149 在生死攸关的那一刻150 它正从我的脚背上爬过去、151 面对吃人的鳄鱼152 最伟大的勇气153 北卡罗莱纳州的恐怖角154 当一个水手太危险了155 吊在栏杆上的盲人156 非常坚固的大门157 黑色波浪中的天籁之音第十七章 看到美好的世界——仁爱158 尊重每一个人159 美国老太太的测试160 最好的消息161 似乎不能那么做?162 第一百位客人163 何必帮他活下去164 一个简单的希望165 一个4岁男孩的自尊166 他会给我们造成很大负担第十八章 发现更好的自己——谦逊167 别太把自己当回事168 真正的大师169 别把钻石丢得太高170 杯子满了吗?171 爱迪生的愚蠢错误172 屠羊说的“三拒”173 可怜的老头174 “我是灯塔”175 谦虚的心

## <<睡前15分钟，改变孩子的一生>>

### 章节摘录

#### 第一章 受益一生的财富——自信 1 谁知道戒指的价值？

一个年轻人觉得自己什么事也干不好，也没有人看重他，不知该怎么办，感到非常困惑，于是就去请教一位博学的老人。

老人说：“孩子，我很理解你的困惑，也很同情你的遭遇。不过很可惜，我无能为力，因为我自己也有好多事情没有处理。”

年轻人听了之后很失望。

老人盯着年轻人看了一会儿，然后说到：“不过如果你愿意帮我的话，我就可以很快处理好一些，之后也许就能帮你了。

你愿意吗？

” 年轻人点点头，然后问老人自己能够帮什么呢？

于是老人从手指上脱下一枚戒指，交给他，并说：“我现在急用钱，你帮我到集市上把这枚戒指卖了吧！

卖的价钱越高越好，无论如何不能少于一万块。

” 年轻人来到集市上，打出招牌说卖戒指。

很多人围拢过来，可是一听要卖一万元，大家就炸开了锅。

有的哈哈大笑，有的说年轻人头脑发昏，还有的人说他异想天开，大家都觉得要价太高了。

年轻人走遍了集市，到处兜售戒指，可始终没有人肯出一万块买下它。

年轻人只好垂头丧气地回来，心里默默地想着，要是自己有一万块该多好，就可以帮助老人了，然后老人也可以帮他解惑。

老人看着年轻人沮丧的样子，就知道他没有办成事情。

年轻人很抱歉地告诉老人，虽然有人想买戒指，可是都出的是几百块这样的价钱，他觉得太不值了，于是没有草率地卖出，只好空手而归。

没想到老人不仅没有批评他，还告诉年轻人说：“你做的很对，一只值一万元的戒指为什么要几百块贱卖了呢？

这样吧，明天你去一下城西的珠宝店，看看那边的珠宝商想不想买，再问问他们肯出什么价钱，回来再跟我商量一下。

” 第二天，年轻人去了珠宝店，找到珠宝商人说自己有一枚戒指想卖掉，问他能出什么价钱。

珠宝商仔细看了戒指，然后说“这是一枚古董戒指啊！

价值连城。

如果你愿意的话，我出五十万买下它。

” 年轻人听了之后大吃一惊，没想到这个戒指这么值钱，幸亏昨天没有在集市上贱卖了它。

于是他赶紧回去告诉老人这个好消息。

令他更没想到的是，老人一点也不吃惊，反而平静地对他说，“珠宝商远比小商小贩知晓一枚戒指的价值。

你不觉得自己也像这枚戒指一样吗？

珍贵、独一无二、有着优秀的品质。

你怎么能指望身边的那些凡夫俗子欣赏你的才华呢？

千里马，终究还是需要伯乐去发现的，在普通人的眼里，千里马也不过就是一匹马而已呀！

” 读完故事，讲给孩子们的话 孩子，从你一出生起，许多人就会开始评价：你的相貌如何？

你学说话快不快？

你的反应是否灵敏、脑子是否灵活……这些评价很多都是大家随口一说，并不是对你下的定论。

如果别人没有意识到你有多优秀，那并不值得担心。

因为你就像那枚珍贵的戒指一样，只有珠宝商的专业眼光，才能发现它真正的价值！

2 所有的花儿都美丽 让杰西一辈子都忘不了的，是她上三年级时的一次午餐时间。

在学校即将要举行的戏剧表演中，美丽的杰西被选来扮演剧中的公主。

## <<睡前15分钟，改变孩子的一生>>

接连几周，母亲都煞费苦心地跟她一道练习台词。

可是，无论她在家里表达得多么自如，一站到舞台上，她头脑里的词句就全都无影无踪了。

最后，老师只好叫杰西靠边站。

她解释说，她为这出戏补写了一个道白者的角色，请她调换一下角色。

虽然她的话挺亲切婉转，但还是深深地刺痛了杰西——尤其是看到自己的角色让给另一个女孩的时候。

那天回家吃午饭时，杰西没把发生的事情告诉母亲。

然而，母亲却觉察到了她的不安，没有再提议她练台词，而是问她是否想到院子里走走。

那是一个明媚的春日，棚架上的蔷薇藤正泛出亮丽的新绿。

杰西无意中瞥见母亲在一棵蒲公英前弯下腰。

“我想我得把这些杂草统统拔掉。

”她说，用力将它连根拔起。

“从现在起，咱们这庭园里就只有蔷薇了。

”“可我喜欢蒲公英，”杰西抗议道，“所有的花儿都是美丽的，哪怕是蒲公英！”

”母亲表情严肃地打量着她。

“对呀，每一朵花儿都以自己的风姿给人愉悦，不是吗？”

”她若有所思地说。

杰西点点头，高兴自己战胜了母亲。

“对人来说也是如此。

”母亲又补充道，“不可能人人都当公主，但那并不值得羞愧。

”杰西想母亲猜到了自己的痛苦，她一边告诉母亲发生了什么事，一边失声哭泣起来。

母亲听后释然一笑。

“但是，你将成为一个出色的道白者。

”母亲说，并提醒杰西自己是如何爱听杰西朗读故事给自己听的。

“道白者的角色跟公主的角色一样重要。

”读完故事，讲给孩子们的话 孩子，并不是每一朵花都能出落成娇艳的玫瑰、雍容的牡丹，可正如故事中所说，所有的花儿都是美丽的，哪怕是蒲公英。

每一朵花都能以自己的风姿给这个世界增添一抹亮丽，即便是幽谷里的百合、荒野中的小花。

是不是牡丹并不重要，重要的是开好属于自己的那朵花。

抬起独一无二的头颅，绽放灿烂怡人的微笑，每一朵花都可以风华绝代。

3 神奇的绿发卡 在一个漆黑的夜晚，一个可爱的小女孩出生在一个贫穷的家庭里。

夫妻俩显然没有因为她的诞生而增添一分喜悦，因为这个家实在是太穷了。

不久之后，女孩的父亲死于一场车祸，只剩母女俩相依为命，她们只得靠为别人打毛衣生活。

就这样过了18年，女孩已经是亭亭玉立的少女了。

女孩18岁的圣诞节早上，妈妈给了她20美元。

她很惊讶，妈妈却说：“这是你十八年来的辛苦换来的。

”女孩握着这20美元，不知道该怎么拿它做些什么，慢慢走到了大街上。

看着女孩子们一个个打扮得花枝招展，没有什么漂亮衣服的女孩自卑地低着头，走在城市的道路边上。

这时，女孩看见了她心仪许久的男孩，头更加低了。

女孩想：今天晚上，他的圣诞舞伴会是谁呢？

走着走着，她到了一家商店门口。

透过商店的橱窗，她的视觉被刺激了一下，好多漂亮的发卡啊！

她不由自主地走进了商店。

一个服务员迎上来说：“小姑娘，你看你这亚麻色的头发配这个绿发卡多么漂亮！”

”女孩看了一下标签：16美元！

她刚刚想说买不起，服务员已经帮她戴上了发卡，女孩子说：“我没有那么多钱。

## <<睡前15分钟，改变孩子的一生>>

”服务员说：“小姑娘，你看一下！”

” 女孩子看了一眼镜子，她简直不认识镜子里的这个人了！

女孩下定决心，拿出了20美元，买下了发卡，拿着剩下的4美元飘飘然地走了。

出门的时候，女孩撞到了一位老奶奶。

她隐隐约约听见老人在叫她，但她没有回头，她实在太开心了，迫不及待要到大街上去。

一路上，她挺胸抬头，又蹦又跳。

这时候，她又看见了那个她心仪许久的男孩。

这一次，她终于敢抬起头来正视男孩了。

男孩想：原来镇上还有这么漂亮的女孩，我怎么从来没见过！

他走向女孩对女孩说：“我能否有幸邀请你做我圣诞舞会的舞伴？”

” 女孩很高兴地答应了。

兴奋极了的女孩心想：原来一个发夹有如此神奇的魔力！

我已经奢侈一次了，不如把这剩下的4美元再买点什么吧，那岂不是会让我更漂亮！

于是，女孩又高高兴兴地回到了商店。

那位老奶奶还在那里，她对女孩说：“小姑娘，我知道你会回来的。

刚刚你出门的时候，把发卡掉在了地上。

” 读完故事，讲给孩子们的话 让女孩变漂亮的，真的是那只一出门就掉了的美丽发卡吗？

自信，原来就是一种美丽，一个不肯抬头挺胸的人不会好看。

如果缺乏自信，就会一直做些好像没有自信的举动，就会越来越没有自信。

想想看，孩子，假如你连自己都不相信自己，又怎么能让别人相信你呢？

你怎能期望别人的慧眼发现你的价值呢？

人生是否美好永远取决于我们自身，要么你因自卑被生命驾驭，要么你用自信驾驭生命。

4 弗洛姆的著名实验 弗洛姆是美国一位著名的心理学家。

有一天，几个学生向他请教：心态会对一个人产生什么样的影响？

他微微一笑，什么也不说，就把他们带到一间黑暗的小房间里。

在他的引导下，学生们很快就穿进了这间伸手不见五指的神秘房间。

接着，弗洛姆打开房间里的一盏灯，在这昏黄如烛的灯光下，学生们才看清楚房间的布置，不禁吓出了一身冷汗。

原来，这间房子的地面就是一个很深很大的水池，池子里蠕动着各种各样的毒蛇，包括一条大蟒蛇和三条眼镜蛇，有好几只毒蛇正高高地昂着头，朝他们“滋滋”地吐着信子。

就在这蛇池的上方，搭着一座很窄的木桥，他们刚才就是从这座木桥上走过来的。

弗洛姆看着他们，问：“现在，你们还愿意再次走过这座桥吗？”

” 大家你看着我，我看着你，都不吭声。

过了片刻，终于有学生犹犹豫豫地站了出来。

其中一个学生一上去，就异常小心地挪动着双脚，速度比第一次慢了好多；另一个学生战战兢兢地踩在小木桥上，身子不由自主地颤抖着，才走到一半，就挺不住了；第三个学生干脆弯下身来，慢慢地趴在小桥上爬过去了。

“啪”。

弗洛姆又打开了房内另外几盏灯，强烈的灯光一下子把整个房间照耀得如同白昼。

学生们揉揉眼睛再仔细看，才发现在小木桥的下方装着一道安全网，只是因为网线的颜色极暗淡，他们刚才都没有看出来。

## <<睡前15分钟，改变孩子的一生>>

### 编辑推荐

父母是孩子的第一任老师，更是最重要的一任老师。

每天睡前15分钟，选择最精彩的故事讲给孩子听，引导孩子吸收其中的哲理和智慧，就能轻松教育孩子。

这是世界上最伟大、最成功，也是最有效的教子方式，一直流传千年至今。

我们相信，通过亲子共读，父母可以轻松培养孩子如下的品质：自信，深信自己是最棒的！

勇敢，做一个不怕困难、不畏艰险的小勇士；乐观，无论何时都看到更好的世界；坚韧，坚强地做人生路途上的行者；合作，寻找最合适的伙伴做臂膀；选择，理性的光辉闪耀在心头；宽容，每一天都有好心情！

睡前15分钟的孩子阅读，全面提高孩的EQ、IQ、FQ，让智慧的三驾马车并驾齐驱。

史上最伟大、最成功的教子书！

每天15分钟的神奇，让孩子收获100分的人生



<<睡前15分钟，改变孩子的一生>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>